



## せりんどろ

平成30年11月15日 発行

## 握力パワーアップ大作戦

毎年行っている体力テストから明らかになった葦高小学校の子ども達の課題は握力でした。そこで、保健委員会が中心になって「握力パワーアップ大作戦」を行うこととしました。

テレビ放送で握力をアップさせるのに効果的な「グーパー運動」や「指回し運動」を紹介したり、先生方の握力を測ってみたいと、楽しいアイデアを出して取り組んでいます。握力頑張り表を作ったり、毎朝、各学級で「グーパー運動」を始めたりもして、全校児童の握力アップを目指しています。

ご家庭でも声掛けをしていただければ幸いです。

